

The Relationship between Teachers' Job Burnout and Perfectionism

Navaitienė, Julita; Danilovienė, Viktorija

Veröffentlichungsversion / Published Version
Zeitschriftenartikel / journal article

Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Navaitienė, J., & Danilovienė, V. (2017). The Relationship between Teachers' Job Burnout and Perfectionism. *Ugdymo psichologija (Educational Psychology)*, 28, 38-55. <https://doi.org/10.15823/up.2017.03>

Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer Free Digital Peer Publishing Licence zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu den DiPP-Lizenzen finden Sie hier:
<http://www.dipp.nrw.de/lizenzen/dppl/service/dppl/>

Terms of use:

This document is made available under a Free Digital Peer Publishing Licence. For more Information see:
<http://www.dipp.nrw.de/lizenzen/dppl/service/dppl/>

The Relationship between Teachers' Job Burnout and Perfectionism

Julita Navaitien¹, Viktorija Danilovien²

¹ Lietuvos edukologijos universitetas, Ugdymo mokslų fakultetas, Raidos ir ugdymo psichologijos katedra, Studentų g.

² 39, 08106 Vilnius, julita.navaitiene@leu.lt

Lietuvos edukologijos universitetas, Ugdymo mokslų fakultetas, Raidos ir ugdymo psichologijos katedra, Studentų g.

Anotacija. Kai kurie mokytojai patiria perdegimą darbe. Straipsnyje keliama perdegimo darbe ir asmenybės bruožo perfekcionizmo ryšio problema. Mokytojų perdegimo darbe ir perfekcionizmo sąsąj tyrimė dalyvavo 136 bendrojo ugdymo mokyklų ir specialiojo ugdymo staig mokytojai. Perdegimo darbe tyrimui naudotas Maslach perdegimo klausimynas mokytojams (angl. *Maslach Burnout Inventory-Educators Survey*), perfekcionizmui vertinti – Daugiadimensio perfekcionizmo skalė (angl. *Multidimensional Perfectionism Scale*). Sąsava nukreiptas perfekcionizmas koreliavo su emociniu išsekimu, depersonalizacija ir asmeniniais laimėjimais. Sąsava nukreiptas perfekcionizmas ir tiriamųjų amžius prognozavo 60,3 proc. emocinio išsekimo variacijos. Gautais rezultatais galima remtis rengiant mokytojų perdegimo

Esminiai žodžiai: *perdegimas darbe, emocinis išsekimas darbe, perfekcionizmas, sąsava nukreiptas perfekcionizmas, mokytojai.*

vadas

Šiandien mūsų visuomenė ir mokykla ieško kuo efektyvesnių priemonių gyvendinti vis sparčiau sparčios švietimo sistemos pokyčius. Švietimo sistemai reikia savarankiškų, edukacinę veiklą sąsava k rybiškai atskleidžiančių asmenybių. Mokytojų profesijai bei asmenybei skiriamas ypatingas dėmesys, mokytojui keliami specifiniai reikalavimai (Kim, Youngs ir Frenk, 2017; Nasvytienė ir Balaitytė, 2009; Stokus, 2014). Norėdami atlikti šiuos reikalavimus, mokytojai privalo keistis taip, kaip keičiasi švietimo aplinka.

XXI a. pradžioje pasikeitė švietimo tikslas: juo tapo ne žinių perteikimas ar gijimas, o kompetencijų ugdymas ar ugdymasis. Visuomenė mokytojų suvokia kaip savo ateities vedlį, nuo jo priklauso auganios kartos ugdymo kokybė. Mokytojo darbas reikalauja itin daug intelektualinių ir fizinių išteklių, yra dažnai analizuojamas, vertinami jo rezultatai. Tai kelia nuolatinius emocinius tempus, kuri gali baigtis mokytojų perdegimu darbe.

Perdegimo darbe sindromu pradėta domėtis seniai, tačiau tik pastarąjį dešimtmetį mokslininkai pradėjo aktyviau tyrinėti šį reiškinį. Dažniausiai perdegimo darbe sava vartojama kalbant apie socialinės srities profesionalus (mokytojų, psichologų, socialinių darbuotojų ir pan.) veiklą. Neretai perdegimas darbe dar vadinamas psichiniu išsekimu, emociniu perdegimu, psichiniu perdegimu, profesiniu nuovargiu. Iš esmės visos šios sąvokos gali būti laikomos sinonimais (Pacevičius, 2006).

Perdegimas darbe – tai ilgai trunkanti asmens reakcija nuolatiniams emociniams ir tarpasmeniniams stresoriams darbinėje veikloje (Leiter, Bakker ir Maslach, 2014). Yra sukurta keletas perdegimo darbe modelių, tačiau dažniausiai mokslinėje literatūroje remiamasi C. Maslach, S. E. Jackson ir M. P. Leiterio (1996) pasiūlytu daugiamačiu perdegimo darbe modeliu. Perdegimas darbe šiame modelyje apima tris dimensijas: emocinį išsekimą (angl. *Emotional Exhaustion*), depersonalizaciją (angl. *Depersonalization*) ir žemą asmeninį pasiekimą jausmą (angl. *Feeling of Low Personal Accomplishment*). C. Maslach, W. B. Schaufelis ir M. P. Leiteris (2001) emocinį išsekimą sieja su emociniu persidirbimu, emocinių išteklių išsekimo ir apibūdina kaip jausmą, kai asmuo, bendraudamas su kitais asmenimis, nebepajigia vykdyti jam keliamą reikalavimą. Depersonalizacija susijusi su neigiamu, cinišku elgesiu, emociniu atsitraukimu, kelia nusivylimą, nepasitenkinimą jausmą bendraujant su kitais žmonėmis, praradimą šaltumą (Maslach et al., 2001). Žemą asmeninį pasiekimą jausmą siejamas su savo kompetencijos ir produktyvumo, efektyvumo jausmo sumažėjimu darbe, kai asmuo darbe jaučiasi neefektyvus ir nenaudingas, o jo asmeninis našas organizacijos veiklai tampa nebesvarbus (Maslach et al., 2001). Perdegimas darbe pasireiškia dideliu emociniu išsekimu, stipria depersonalizacija ir žemu asmeniniu pasiekimu jausmu (Mahmoodi-Shahreabaki, 2017; Nagar, 2012).

Buvo sukurta perdegimo darbe vertinimo priemonė – Maslach perdegimo klausimynas (angl. *Maslach Burnout Inventory*) – ir organizacinių psichologijos atstovai jau pradėjo kiekybiškai tyrinėti perdegimo darbe reiškinį. Perdegimas darbe analizuojamas įvairiose kontekstuose. K. Gluschkoff ir kiti (2016) tyrė Suomijos pradinę klasių mokytojų perdegimo darbe ir streso sąsajas ir nustatė vidutinio stiprumo teigiamą ryšį. Mokytojų profesijos sąsajos su didesniu stresu buvo atpažintos ir Lietuvoje (Merkys ir Bubelienė, 2013). Ankstyvieji profesinio perdegimo darbe tyrimai esminę mokytojų profesinio perdegimo priežastimi laikė didelį mokytojų darbo krivį (Chang, 2009; Cheek, Bradley, Parr ir Lan, 2003). Laikui bėgant, buvo pastebėta, kad toks požiūris yra per siauras, ir pradėti platesni tyrimai, apimantys įvairius mokytojų ir jo darbo aplinkos aspektus.

gali būti susiję su rimtomis psichinės sveikatos problemomis (Aloe, Amo ir Shanagan, 2014). Mokslininkai siekia vardyti šio reiškinių požymius, priežastis, išskirti rizikos ir apsauginius veiksnius (Bakker ir Costa, 2014; Brunsting, Sreckovis ir Lane, 2014; Chang, 2009; Emery ir Vandenberg, 2010; Gluschkoff et al., 2016; Kavaliauskienė ir Balčiūnaitė, 2014; Kim et al., 2007; Maslach, 2003; Maslach et al., 2001; Mazidi et al., 2017; McLaine, 2005; Merkys ir Bubelienė, 2013; Pacevičius, 2006; Stokauskas, 2014). C. G. Brown (2012) apžvelgė atliktus mokytojų perdegimo darbe ir saviveiksmingumo tyrimus ir prie jo išvados, kad ši sąsaja daugelyje tyrimų yra neigiama. A. Stokauskas (2014) analizavo, kokie mokytojo aplinkos aspektai buvo tiriami, ir išskyrė dvi kategorijas. Pirmoji – individualūs kintamieji (vairūs sociodemografiniai duomenys, mokytojo asmenybės savybės ir pan.), antroji – organizaciniai kintamieji (darbo sąlygos, krivis, ryšys su bendradarbiais, santykiai su vadovais ir pan.). Šiuolaikiniai tyrimai stengiasi sujungti šias dvi kategorijas ir yra orientuoti kintamųjų veikimui perdegimo darbe kontekste. Perdegimas darbe vienaip ar kitaip yra susijęs su mokytojo asmenybe ir jos raiška profesiniame gyvenime.

Vienas iš asmenybės bruožų yra perfekcionizmas. Tai nevienalytis, daugiamatis bruožas, susidedantis iš trijų dimensijų (Flett ir Hewitt, 2002; Stoeber ir Rennert, 2008):

1. save orientuoto perfekcionizmo.
2. kitus orientuoto perfekcionizmo.
3. Socialiai priskirto perfekcionizmo.

Skirtumas tarp šių perfekcionizmo dimensijų yra objektas, kur savo perfekcionistinėse asmuo nukreipia (save, kitus ar socialiai priskiria).

Perfekcionizmo kaip mokytojo asmenybės bruožo ir perdegimo darbe sąsą buvimas pripažįstamas teoriniu lygmeniu (Flett, Hewitt ir Hallett, 1995; Friedman, 2000; Mahmoodi-Shahreabaki, 2015), tačiau empiriniai tyrimai atlikti nepakankamai. Buvo tirtas mokytojų perfekcionizmo ir patiriamo streso darbe ryšys (Flett et al., 1995), sąsą tarp mokytojų perfekcionizmo ir perdegimo darbe (Kim et al., 2007; Stoeber ir Rennert, 2008), nustatyta, kad perfekcionizmas teigiamai koreliuoja su perdegimu darbe (Madigan, Stoeber ir Passfield, 2016), tačiau Lietuvoje mažai tyrinėtų mokytojų perdegimo darbe ryšys su perfekcionizmo raiška. Neatsakyta klausimus, ar mokytojai, turintys išreikštą perfekcionizmą, dažniau patiria perdegimą darbe, ar skiriasi skirtingo tipo ugdymo staigose dirbantys mokytojų perdegimo darbe dažnis.

Tyrimo tikslas buvo ištirti mokytojų perdegimo darbe sąsąs su perfekcionizmu. Numatyti šie tyrimo uždaviniai:

1. vertinti mokytojų perdegimą darbe ir perfekcionizmą.
2. Išnagrinėti mokytojų perdegimo darbe ir perfekcionizmo sąsąs.
3. Išnagrinėti mokytojų, dirbančių bendrojo ugdymo mokyklose ir specialiojo ugdymo staigose, perdegimo darbe skirtumus.
4. Prognozuoti mokytojų perdegimą darbe pagal perfekcionizmą, amžių ir pedagoginio darbo stažą.

Keltos dvi tyrimo hipotezės: 1) mokytojų emocinis išsekimas darbe teigiamai koreliuoja su perfekcionizmu; 2) mokytojų, dirbančių specialiojo ugdymo staigose, emocinis išsekimas darbe didesnis nei mokytojų, dirbančių bendrojo ugdymo

Metodika

Tiriamieji. Buvo pasirinktas paprastas atsitiktinis imties sudarymo būdas. Tyrime dalyvavo 67 mokytojai iš penkių bendrojo ugdymo mokyklų ir 69 mokytojai iš keturių specialiojo ugdymo staigų (iš viso 136 mokytojai). 80,9 proc. tiriamųjų buvo moterys, 19,1 proc. – vyrai. Tiriamųjų amžiaus vidurkis buvo 38,4 metų, pedagoginio stažo vidurkis – 10,9 metų.

vertinimo priemonės. Buvo pasirinktos šios vertinimo priemonės: 1) Maslach perdegimo klausimynas mokytojams (angl. *Maslach Burnout Inventory-Educators Survey, MBI-ES*) (Maslach, Jackson ir Leiter, 1996). 2) Daugiadimensio perfekcionizmo skalė (angl. *Multidimensional Perfectionism Scale, MPS*) (Hewitt ir Flett, 1991).

Maslach perdegimo klausimynas, skirtas mokytojams, sudaro 22 teiginius. Klausimynas turi tris skales: Emocinio išsekimo skalė (angl. *Emotional Exhaustion Scale*), kuri matuoja emocinį mokytojų nuovargį ir nusilpimą (skalė sudaro devyni teiginiai, pvz., „Jaučiu, kad darbas mane išsekina“), Depersonalizacijos skalė (angl. *Depersonalization Scale*), atskleidžianti nejautrą ir beasmenį mokytojo atsakymą mokiniams (skalė sudaro penki teiginiai, pvz., „Iš tikrųjų man nerūpi, kas vyksta su kai kuriais mano mokiniais“), bei Asmeninio pasiekimo skalė (angl. *Personal Accomplishment Scale*), susijusi su kompetentingumo jausmu (skalė sudaro aštuoni teiginiai, pvz., „Jaučiu, kad savo darbu darau teigiamą taką kitų žmonių gyvenimams“). Kiekvienas teiginys vertinamas pagal dažnumo skalę (nuo 1 (keletą kartų per metus) iki 6 (kiekvieną dieną)). Emocinio išsekimo ir depersonalizacijos skalių didesni vertinimai reiškia didesnį perdegimą darbe. Asmeninio pasiekimo skalės mažesni vertinimai reiškia didesnį perdegimą darbe. Buvo gautas dr. Christinos Maslach atstovaujantis leidimas sigyti klausimyną ir naudoti moksliniais tikslais, apie tai informuoti klausimyno autoriai. Atliktas dvigubas klausimyno vertimas.

Daugiadimensio perfekcionizmo skalė sudaro 45 teiginius. Skalė matuoja bendrąjį perfekcionizmą ir atskiras perfekcionizmo dimensijas. save orientuoto perfekcionizmo poskalė (angl. *Self-oriented Perfectionism Subscale*) parodo stiprų asmens savikritiškumą (pvz., „Vienas iš mano tikslų yra būti tobulam (-ai) visame tame, ką aš darau“). kitus orientuoto perfekcionizmo poskalė (angl. *Other-oriented Perfectionism Subscale*) atskleidžia asmens kritiškumą, nukreiptą kitus asmenis (pvz., „Viskas, ką atlieka kiti asmenys, turi būti geriausios kokybės“). Socialiai priskirto perfekcionizmo poskalė (angl. *Socially Prescribed Perfectionism Subscale*) matuoja asmens suvoktą kitų asmenų kritiškumą jo atžvilgiu (pvz., „Kuo geriau aš pasirodau, tuo labiau tikimasi, kad aš pasirodysiu dar geriau“). Kiekvienas teiginys reikia vertinti pagal 7 balų Likerto skalę,

nesutinku“, 4 – „neturiu nuomonės“, o 7 – „visiškai sutinku“. Buvo gautas dr. Paulo L. Hewitt'o leidimas naudoti klausimyną moksliniais tikslais. Atliktas dvigubas klausimyno vertimas, kuris parodė, kad klausimynas išverstas lietuvių kalbą kokybiškai.

Taikytą metodiką patikimumo analizė atskleidė, kad Maslach perdegimo klausimyno mokytojams skali patikimumas yra pakankamas ($0,762 < \alpha < 0,792$). Mažiausia buvo Emocinio išsekimo skalės Kronbacho alfa (angl. *Cronbach alpha*) reikšmė – 0,762, didžiausia – Asmeninių pasiekimų skalės – 0,792. Daugiadimensio perfekcionizmo skalės patikimumo analizė parodė, kad skali patikimumas yra gana mažas ($0,613 < \alpha < 0,661$). Mažiausia buvo save orientuoto perfekcionizmo skalės Kronbacho alfa reikšmė – 0,613, didžiausia – Socialiai priskirto perfekcionizmo skalės – 0,661.

Tyrimo eiga

Leidimą atlikti tyrimą buvo prašoma bendrojo ugdymo mokyklų ir specialiojo ugdymo staigų vadovų. Gavus leidimus, buvo prašoma žodinio mokytojų sutikimo dalyvauti tyrime ir tariamasi dėl patogių jiems tyrimo atlikimo datų ir laiko. Atvykus atlikti tyrimo, mokytojams trumpai buvo pristatomas tyrimo tikslas, taip pat supažindinama su anketos pildymo instrukcija. Tyrimas buvo atliekamas laikantis etinių principų: mokytojams buvo užtikrinamas tyrimo rezultatų konfidencialumas, galimybė laisvai apsispręsti dėl dalyvavimo tyrime ir galimybė bet kada tyrimą nutraukti. Taip pat buvo suteikti tyrėjams kontaktiniai duomenys, jei tirti mokytojai pageidautų susipažinti su apibendrintais tyrimo rezultatais.

Pirmą tyrimo duomenų analizę atlikta naudojant Šapiro ir Vilko kriterijų (angl. *Shapiro-Wilk test*). Paaiškėjo, kad tyrimo kintamųjų reikšmės skirstinys nuokrypiu nuo normaliojo yra esminiai, todėl toliau tyrimo rezultatai buvo tvarkomi pasirinkus Mano ir Vitnio U kriterijų (angl. *Mann-Whitney U test*) skirtumams tarp grupių vertinti ir Spirmeno koreliacijos koeficientą (angl. *Spearman Correlation Coefficient*) sąjoms tarp kintamųjų vertinti. Koreliacijos koeficiento skaičiavimas atsako klausimą, ar tarp kintamųjų yra ryšys, bet nepaaiškina, kodėl tas ryšys atsirado, todėl buvo atlikta tiesinė regresinė analizė (angl. *Linear Regression Analysis*). Šioje analizėje perdegimas darbe buvo pasirinktas priklausomuoju kintamuoju, o perfekcionizmas, amžius ir pedagoginis darbo stažas – aiškinamaisiais kintamaisiais.

Rezultatai

Tyrimo duomenų analizė parodė, kad tirti mokytojai išgyvena perdegimą darbe. Atskirą perdegimo darbe dimensijų analizę atskleidė stipriai išreikštą perdegimą darbe (1 lentelė): mokytojų Emocinio išsekimo skalės vidurkis buvo 22,9, Asmeninių pasiekimų skalės vidurkis – 14,5 ir Depersonalizacijos skalės vidurkis –

1 lentelė

Mokytojų perdegimo darbe duomenų charakteristika (n =

Charakteristika	Emocinis išsekimas	Depersonalizacija	Asmeniniai pasiekimai
Vidurkis	22,9	21,9	14,5
Mediana	20,0	18,0	12,0
Moda	17,0	34,0	11,0
Standartinis nuokrypis	8,2	9,2	11,5
Minimali reikšmė	8,0	7,0	8,0
Maksimali reikšmė	36,0	38,0	21,0

Išanalizavus tirtų mokytojų perfekcionizmo duomenis, paaiškėjo, kad save nukreiptas perfekcionizmo skalės vidurkis – 62,5, kitus nukreiptas perfekcionizmo skalės vidurkis – 60,8 ir Socialiai priskirti perfekcionizmo skalės vidurkis – 60,0 (2 lentelė). Galima teigti, kad tirtiems mokytojams labiau nei vidutiniškai būdingas perfekcionizmas. Būdingiausias mokytojams save nukreiptas perfekcionizmas, mažiau būdingas – kitus nukreiptas ir socialiai priskirtas perfekcionizmas.

2 lentelė

Mokytojų perfekcionizmo duomenų charakteristika (n =

Charakteristika	save nukreiptas perfekcionizmas	kitus nukreiptas perfekcionizmas	Socialiai priskirtas perfekcionizmas
Vidurkis	62,5	60,8	60,0
Mediana	64,0	62,0	60,5
Moda	69,0	62,0	62,0
Standartinis nuokrypis	8,8	7,3	6,6
Minimali reikšmė	39,0	23,0	42,0
Maksimali reikšmė	82,0	76,0	76,0

Palyginus mokytojų perdegimą darbe pagal tai, kokio tipo ugdymo staigoje jie dirba, paaiškėjo, kad tirti mokytojai, dirbantys bendrojo ugdymo mokyklose, ir tirti mokytojai, dirbantys specialiojo ugdymo staigose, perdegimas darbe skiriasi (3 lentelė). Specialiojo ugdymo staigose dirbantys mokytojai Emocinio išsekimo skalių vertės yra aukštesnės nei mokytojai, dirbantys bendrojo ugdymo mokyklose ($p < 0,05$). O bendrojo ugdymo mokyklose dirbantys mokytojai Asmeninių laimėjimų skalių vertės yra

mokytojų, dirbančių specialiojo ugdymo staigose ($p < 0,05$). O bendrojo ugdymo mokyklų mokytojų ir specialiojo ugdymo staigų mokytojų Depersonalizacijos skalės vertės nesiskiria ($p > 0,05$).

3 lentelė

Mokytojų, dirbančių bendrojo ugdymo mokyklose, ir mokytojų, dirbančių specialiojo ugdymo staigose, perdegimo darbe skirtumai ($n = 136$)

Kintamieji	Ugdymo staigos tipas		U	Z
	Bendrojo ($n = 67$)	Specialiojo ($n = 69$)		
Asmeniniai pasiekimai	60,2	76,5	1757,5	-2,4*
Depersonalizacija	62,3	74,5	1896,0	-1,8
Emocinis išsekimas	59,5	77,2	1709,5	-2,6*

* $p < 0,05$.

Galima prielaida, kad specialiojo ugdymo staigose dirbantiems mokytojams labiau būdingas emocinio išsekimo išgyvenimas, o bendrojo ugdymo mokyklų mokytojams – asmeninių pasiekimų menkumo jausmas. Specialiojo ugdymo staigų mokytojai turi stipriau išreikštą emocinį išsekimą, o bendrą emocinį išsekimą yra laikomas pagrindiniu perdegimo darbe komponentu (Maslach et al., 2001). Bendrojo ugdymo mokyklų mokytojai turi stipriau išreikštą menką asmeninių pasiekimų jausmą, kuris irgi sietinas su perdegimu darbe.

Buvo atlikta mokytojų, dirbančių bendrojo ugdymo mokyklose, ir mokytojų, dirbančių specialiojo ugdymo staigose, perfekcionizmo skirtumų analizė (4 lentelė).

4 lentelė

Mokytojų, dirbančių bendrojo ugdymo mokyklose, ir mokytojų, dirbančių specialiojo ugdymo staigose, perdegimo darbe skirtumai ($n = 136$)

Kintamieji	Ugdymo staigos tipas		U	Z
	Bendrojo ($n = 67$)	Specialiojo ($n = 69$)		
save nukreiptas perfekcionizmas	62,5	74,3	1911,5	-1,7
kitus nukreiptas perfekcionizmas	70,6	66,4	4586,0	-0,6
Socialiai priskirtas	71,3	65,7	4533,0	-0,8

Galima teigti, kad perfekcionizmo raiška tarp mokytojų, dirbančių bendrojo ugdymo mokyklose, ir mokytojų, dirbančių specialiojo ugdymo staigose, nesiskiria ($p > 0,05$). Atlikus tirtų mokytojų perdegimo darbe ir perfekcionizmo duomenų koreliacinį analizę, rasta statistiškai reikšmingas sąsajas (5 lentelė).

5 lentelė

Mokytojų perdegimo darbe ir perfekcionizmo sąsajos ($n =$

Kintamieji	Emocinis išsekimas	Depersonalizacija	Asmeniniai pasiekimai
save nukreiptas perfekcionizmas	0,59**	0,58**	0,59**
kitus nukreiptas perfekcionizmas	0,13	-0,12	0,01
Socialiai priskirtas perfekcionizmas	0,15	0,21*	0,19*

* $p < 0,05$. ** $p < 0,01$.

Tirtų mokytojų perdegimas darbe statistiškai reikšmingais ($p < 0,05$) teigiamais vidutinio stiprumo ryšiais susijęs su save nukreiptu perfekcionizmu (emocinio išsekimo $\rho = 0,594$; depersonalizacijos $\rho = 0,580$ ir asmeninių laimėjimų $\rho = 0,597$). Apibendrinant galima teigti, kad kuo mokytojams labiau būdingas save nukreiptas perfekcionizmas, tuo labiau tikėtina, kad mokytojai išgyvens perdegimą darbe. Stipri mokytojo motyvacija būti tobulam, nerealistini standartų išsikėlimas ir įsikišimas, koncentracija savo tikslams, stiprus noras išvengti nesėkmių, savęs kaltinimas, ryškaus neatitikimo tarp tikrojo ir idealiojo Aš jautimas klotų pagrindą perdegimui darbe.

Rasta statistiškai reikšmingas ($p < 0,05$) teigiamas, tačiau silpnas sąsajas tarp tirtų mokytojų socialiai priskirto perfekcionizmo ir dviejų perdegimo darbe dimensijų: depersonalizacijos ($\rho = 0,218$) ir asmeninių laimėjimų ($\rho = 0,189$). Apibendrinant galima teigti, kad kuo labiau mokytojams būdingas socialiai priskirtas perfekcionizmas, tuo labiau tikėtina, kad mokytojai išgyvens depersonalizacijos bei mažesnių asmeninių laimėjimų jausmą.

Buvo atliktas mokytojų perdegimo darbe prognozavimas pagal perfekcionizmo, amžiaus ir pedagoginio darbo stažo rodiklius, naudojant tiesinį regresinį analizę (6 lentelė). Tiesinio regresinio analizės rezultatai parodė, kad kitus nukreiptas perfekcionizmas, socialiai priskirtas perfekcionizmas ir pedagoginio darbo stažas nėra svarbūs ir

6 lentelė

Emocinio išsekimo determinavimas

Nepriklausomieji kintamieji	<i>B</i>	<i>SD</i>		<i>t</i>
save nukreiptas perfekcionizmas	0,51	8,52	0,51**	7,71
kitus nukreiptas perfekcionizmas	0,03	0,08	0,03	0,42
Socialiai priskirtas perfekcionizmas	0,14	0,08	0,11	1,60
Amžius	0,22	0,09	0,30*	2,41
Pedagoginio darbo stažas	-0,11	0,10	-0,13	-1,08
R^2		0,53		
Durbino ir Vatsono		1,75		

* $p < 0,05$. ** $p < 0,01$.

save nukreiptas perfekcionizmas ir amžius yra svarbūs ir reikalingi regresijos modelyje, todėl regresijos modelis buvo toliau tikslinamas ir atliekama analizė tik su save nukreiptu perfekcionizmu ir amžiumi. Atsisakius nereikšmingų kintamųjų, pagerėjo ir kiti regresijos modelio parametrai (7 lentelė). Vienas esminių skirtumų buvo determinacijos koeficiento R^2 padidėjimas. Tai leidžia teigti, kad tiesinis regresijos modelis duomenims tinka. Determinacijos koeficientas buvo 0,603, o tai reiškia, kad šis regresijos modelis paaiškina 60,3 proc. visos variacijos.

7 lentelė

Emocinio išsekimo determinavimas pagal save nukreiptą perfekcionizmą ir

Nepriklausomieji kintamieji	<i>B</i>	<i>SD</i>		<i>t</i>
save nukreiptas perfekcionizmas	0,51	0,06	0,55*	8,02
Amžius	0,15	0,05	0,20*	2,94
R^2		0,603		
Durbino ir Vatsono		1,87		

* $p < 0,01$.

Apibendrinus gautus rezultatus, galima teigti, kad tirti mokytojai save nukreiptas perfekcionizmas ir amžius prognozuoja 60,3 proc. emocinio išsekimo variacijos. Didįjį mokytojų save nukreiptam perfekcionizmui ir amžiui, didįjį emocinis

Diskusija

Sudanga, sunki ir emociškai alinanti mokytojo profesinės veiklos padidina profesinio perdegimo tikimybę (Caruso et al., 2014). Išanalizavus atlikto tyrimo rezultatus, paaiškėjo, kad tirti mokytojai išgyvena perdegimą darbe. Tai patvirtina kitų mokslininkų gautas duomenis (Abromaitienė ir Stanišauskienė, 2014; Caruso, Giammanco ir Gitto, 2014; Curtis, 2012; Flook et al., 2013; Gluschkoff et al., 2016; Ho, 2017; Stoeber ir Rennert, 2008; Malinauskas, 2008; Stokus, 2014). Atskleidus perdegimo darbe dimensijų analizę, atskleidė vidutinę ir aukštą tirtų mokytojų perdegimo darbe lygį tiek emocinio išsekimo, tiek depersonalizacijos ir asmeninio pasiekimų menkumo įausmo skalės. L. Bernotaitis ir V. Malinauskienė (2017) Lietuvos mokytojų tyrimo rezultatai taip pat parodė stipriai išreikštą Lietuvos mokytojų perdegimą darbe. A. Brouwersas ir W. Tomicas (2014) atliko tyrimą perdegimo darbe tyrimą ir rekomendavo mokyklų vadovams bei psichologams ankstyvą perdegimo darbe prevenciją, ypač dėmesį kreipiant viduriniams mokyklų mokytojams emocinio išsekimo. A. McLaine (2005) nurodė, kad perdegimą darbe patiria ir sporto pedagogo profesinės veiklos tampa paviršutiniška. Tyrimo buvo atskleisti ir pagrindiniai perdegimo darbe šaltiniai: per didelis darbo krūvis; per daug darbo reikalavimų, skaitant ir pinimus sveikata, mokymų ir administravimą; riboti personalo ir finansiniai ištekliai tinkamai priežiūrai suteikti; emocinis kitų asmenų (trenerių, sportininkų šeimų atstovų) spaudimas; konfliktai su kolegomis ar administracija. Perdegimas darbe gali pagilėti, jei sporto treneris neįsigauna, kad jo darbo pastangos yra pripažintos, vertintos ar nesulaukia tinkamo atlygio už jas (Cheek et al., 2003; Malinauskas, 2008). Patyrę perdegimą darbe sporto pedagogai pradeda klysti, užmiršti pačių sutartus susitikimus, jiems sunku atsipalaiduoti, todėl tam, kad išsivaduoti iš streso, gali pradėti vartoti alkoholį ar narkotikus (Cheek et al., 2003).

Asmenybės bruožas perfekcionizmas mokytojo profesinėje veikloje turi teigiamą ir neigiamą aspektą: teigiamą, kai mokytojas tobulėja adekvačiai keisdamas tikslus, ir neigiamą, kai tobulumo siekis pasireiškia daugumoje situacijų (Stoeber ir Rennert, 2008). Atlikus tyrimo duomenų analizę, paaiškėjo, kad tirtiems mokytojams labiau nei vidutiniškai būdingas perfekcionizmas. Būdingiausias tirtiems mokytojams buvo savaime nukreiptas perfekcionizmas, mažiau būdingas kitas nukreiptas ir socialiai priskirtas perfekcionizmas. Tai nepatvirtina kitų mokslininkų gautų duomenų: J. H. Childso ir J. Stoeberio (2012) bei H. Farjami ir S. Rahmani (2016) tyrimai atskleidė stipriau išreikštą socialiai priskirtą perfekcionizmą. Socialiai priskirtas perfekcionizmas pasireiškia kaip primesta reikiamybė siekti aukštų standartų ir pateisinti kitų lūkesčius, todėl didėja tikimybė, kad mokytojai perdegės darbe, nes negėdys atitikti tokių aukštų lūkesčių, įaus nuolatini neatitikimų tarp tikrojo savęs ir tokio, kokio tikisi kiti (Brown, 2012). Mokslinėje literatūroje pabrėžiama, kad mokytojams labiausiai būdingas socialiai priskirtas perfekcionizmo išgyvenimas (Stoeber ir Rennert, 2008). Tai aiškinama visuomenės ir

Ištirus mokytojų perdegimo darbe sąsajas su perfekcionizmu, paaiškėjo, kad perdegimas darbe (emocinis išsekimas, depersonalizacija ir asmeninių pasiekimų menkumo jausmas) teigiamu vidutinio stiprumo ryšiu susijęs su sąsaja nukreiptu perfekcionizmu. Tokie rezultatai patvirtino pirmąją hipotezę, kad tik mokytojų emocinis išsekimas darbe teigiamai koreliuoja su perfekcionizmu. Panašūs rezultatai buvo gauti H. Farjami ir S. Rahmani (2016) anglų kalbos mokytojų tyrime: sąsaja tarp perdegimo darbe ir perfekcionizmo buvo irgi teigiama, tačiau stipresnė su socialiai priskirtu perfekcionizmu. J. H. Childso ir J. Stoeberio (2012) tyrimas taip pat patvirtino stipresnį perdegimo darbe sąsają su socialiai priskirtu perfekcionizmu. M. Sadoughi (2017) tyrimas patvirtino perfekcionizmo ir perdegimo darbe ryšį. Atlikus tyrimo duomenų koreliacinę analizę, paaiškėjo, kad kuo labiau tirtiems mokytojams būdingas sąsaja nukreiptas perfekcionizmas, tuo daugiau tikėtina, kad mokytojai išgyvens perdegimą darbe. Rasta statistiškai reikšminga sąsaja tarp socialiai priskirto perfekcionizmo ir dviejų perdegimo darbe dimensijų: depersonalizacijos ir asmeninių pasiekimų menkumo jausmo, tačiau jos buvo silpnos arba labai silpnos. Vis dėlto kuo labiau tirtiems mokytojams būdingas socialiai priskirtas perfekcionizmas, tuo daugiau tikėtina, kad mokytojai išgyvens depersonalizaciją bei asmeninių laimėjimų menkumo jausmą. Panašius rezultatus gavo F. D'Souza, S. J. Egan ir C. S. Rees (2011) savo tyrime, tačiau šios mokslininkų tyrinėjami klinikinius psichologus, o ne mokytojus. Buvo atlikta perfekcionizmo ir perdegimo darbe 43 tyrimų rezultatų apžvalga ir nustatyta, kad daugelio tyrimų sąsaja tarp šių kintamųjų yra nestipri (Hill ir Curran, 2015).

Buvo analizuojami mokytojų, dirbančių bendrojo ugdymo mokyklose, ir mokytojų, dirbančių specialiojo ugdymo staigose, perdegimo darbe ir perfekcionizmo skirtumai. Gauti rezultatai atskleidė, kad mokytojų, dirbančių bendrojo ugdymo mokyklose, ir mokytojų, dirbančių specialiojo ugdymo staigose, perdegimas darbe skiriasi. Tokie rezultatai siejami su D. Nasvytienės ir I. Balaitės (2009) atlikta mokytojų patirties analize, kuri parodė, kad mokytojai, kurie ugdo emocijų ir elgesio sutrikimų turinčius vaikus, jaučia sudėtingus ir sekinančius vidinius išgyvenimus. Paaiškėjo, kad specialiojo ugdymo staigose dirbantiems mokytojams labiau būdingas emocinio išsekimo išgyvenimas. Gauti rezultatai patvirtino antrąją tyrimo hipotezę, kad mokytojų, dirbančių specialiojo ugdymo staigose, emocinis išsekimas darbe didesnis už mokytojų, dirbančių bendrojo ugdymo mokyklose, emocinį išsekimą. Galima prielaida, kad specialiojo ugdymo staigose mokytojai dirba emociškai sudėtingesnėje aplinkoje ir eikvoja daugiau savo emocinių išteklių negu bendrojo ugdymo mokyklų mokytojai. Buvo nustatyta, kad tarp bendrojo ugdymo mokyklų mokytojų stipriau išreikštas asmeninių pasiekimų menkumo jausmas. Galima prielaida, kad jie nuvertina savo asmeninius pasiekimus dėl nepasitikėjimo savo darbo svarba, tačiau šiai prielaidai patvirtinti reikėtų papildomo tyrimo. Analizuojant mokytojų, dirbančių bendrojo ugdymo mokyklose, ir mokytojų, dirbančių specialiojo ugdymo staigose, perfekcionizmo raiškos skirtumus, statistiškai reikšmingų skirtumų nebuvo rasta. Panašius rezultatus savo tyrimuose pateikia ir kiti

Tyrimo ribotumai ir gairės tolesniems tyrimams

Kaip vien iš tyrimo ribotumų galima vardyti nedidelį imtį ($n = 136$) ir netikimybinės sudarymo būdą. Būtina atkreipti dėmesį, kad tyrimo rezultatai negalima taikyti visai Lietuvos mokytojų populiacijai. Atsižvelgiant tai, kad konkretūs situaciniai veiksniai gali turėti tokos tirtiems konstruktais (perdegimui darbe, perfekcionizmui), reikėtų iširti aplinkos veiksnius. Mokytojo darbas vyksta cikliška, todėl mokslo metų pradžioje mokytojas gali jaustis daug energingesnis, o mokslo metų pabaigoje perdegimo darbe raiška gali sustiprėti. Atliekant tolesnius tyrimus, reikėtų apimti kuo daugiau situacinių ar aplinkos veiksnį, galinį turėti tokos perdegimo darbe ir perfekcionizmo tyrimo rezultatams. Taip pat reikėtų giliau patyrinėti save nukreipto perfekcionizmo sąsajas su kitais asmenybės bruožais, pvz., intravertiškumu, tikintis, kad tai paaiškintų mokytojų perdegimo darbe stiprų ryšį su save nukreiptu perfekcionizmu. Kadangi perdegimas darbe yra svarbus išsiskiriantis šiuolaikinėje profesionalioje mokytojo darbo aplinkoje, mokytojų perdegimo darbe tyrimai tampa vis aktualesni.

Literatūra

- Abromaitienė, L. ir Stanišauskienė, V. (2014). Profesinis perdegimas karjeros raidos kontekste: ikimokyklinio ugdymo pedagogų atvejais. *Andragogika*, 1(5), 10–26.
- Aloe, A., Amo, L. ir Shanahan, M. (2014). Classroom management self-efficacy and burnout: A multivariate meta-analysis [Klasės valdymo saviveiksmingumas ir perdegimas: metaanalizė su keliais kintamaisiais]. *Educational Psychology Review*, 26(1), 101–126. <https://doi.org/10.1007/s10648-013-9244-0>
- Bakker, A. B. ir Costa, P. L. (2014). Chronic job burnout and daily functioning: A theoretical analysis [Latinis profesinis perdegimas ir kasdienė veikla: teorinis analizė]. *Burnout Research*, 1(3), 112–119. <https://doi.org/10.1016/j.burn.2014.04.003>
- Bernotaite, L. ir Malinauskiene, V. (2017). Workplace bullying and mental health among teachers in relation to psychosocial job characteristics and burnout [Priekabiavimas darbe ir psichinė mokytojų sveikata, atsižvelgiant į psichosocialines darbo charakteristikas ir perdegimą]. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 30(4), 629–640. <https://doi.org/10.13075/ijom.1896.00943>
- Brouwers, A. ir Tomic, W. (2014). A longitudinal study of relationships between three burnout dimensions among secondary school teacher [Ilgalais vidurinio mokyklų mokytojų trijų perdegimo matmenų ryšio tyrimas]. *Sensoria: A Journal of Mind, Brain and Culture*, 10(2), 23–33. <https://doi.org/10.7790/sa.v10i2.409>
- Brown, C. G. (2012). A systematic review of the relationship between self-efficacy and burnout in teachers [Sisteminis ryšio tarp mokytojų saviveiksmingumo ir perdegimo apžvalga]. *Educational & Child Psychology*, 29(4), 47–63.
- Brunsting, N. C., Sreckovic, M. A. ir Lane, K. L. (2014). Special education teacher burnout: A synthesis of research from 1979 to 2013 [Specialiojo ugdymo pedagogų perdegimas: 1979–2013 metų tyrimų sintezė]. *Education and Treatment of Children*, 37(4), 681–711. <https://doi.org/10.1353/etc.2014.0032>

- Buyukbayraktar, C. G. ir Gulay Temiz, G. (2015). The relationship between perfectionism and burn-out in pre-school teachers [Ryšys tarp ikimokyklinio ugdymo pedagog perfekcionizmo ir perdegimo]. *The Online Journal of New Horizons in Education*, 5(1), 131–147.
- Caruso, A., Giammanco, M. ir Gitto, L. (2014). Burnout experience among teachers: A case study [Mokytojų perdegimo patirtis: atvejo tyrimas]. *Mediterranean Journal of Clinical Psychology*, 2(3), 1–20.
- Chang, M. L. (2009). An appraisal perspective of teacher burnout: Examining the emotional work of teachers [Mokytojų perdegimo vertinimo perspektyva: mokytojų emocinio darbo tyrimas]. *Educational Psychology Review*, 21, 193–218. <https://doi.org/10.1007/s10648-009-9106-y>
- Cheek, J., Bradley, L., Parr, G. ir Lan, W. (2003). Using music therapy to treat teacher burnout [Muzikos terapijos panaudojimas mokytojų perdegimui gydyti]. *Journal of Mental Health and Counselling*, 25(3), 204–217. <https://doi.org/10.17744/mehc.25.3.ghneva55qw5xa3wm>
- Childs, J. ir Stoeber, J. (2012). Do you want me to be perfect? Two longitudinal studies on socially prescribed perfectionism, stress and burnout in the workplace [Ar nori, kad aš būčiau tobulas? Du ilgalaikiai tyrimai dėl socialiai priskirto perfekcionizmo, streso ir perdegimo darbe]. *Work and Stress*, 26(4), 347–364. <https://doi.org/10.1080/02678373.2012.737547>
- Curtis, C. (2012). Why do they choose to teach – and why do they leave? A study of middle school and high school mathematics teachers [Kodėl jie renkasi mokyti ir kodėl jie išeina? Pagrindiniai ir viduriniai mokyklų matematikos mokytojų tyrimas]. *Education*, 132(4), 779–788.
- D'Souza, F., Egan, S. ir Rees, C. (2011). The relationship between perfectionism, stress and burnout in clinical psychologists [Ryšys tarp klinikinių psichologų perfekcionizmo, streso ir perdegimo]. *Behavior Change*, 28(1), 17–28. <https://doi.org/10.1375/bech.28.1.17>
- Emery, D. W. ir Vandenberg, B. (2010). Special education teacher burnout and ACT [Specialiojo ugdymo pedagogų perdegimas ir priemonės bei pasiryžimo terapija]. *International Journal of Special Education*, 25(3), 119–131.
- Farjami, H. ir Rahmani, S. (2016). Self-oriented, other-oriented, and socially prescribed perfectionism in Iranian EFL Teachers: Relationship with burnout and engagement [Irano anglų kalbos kaip užsienio kalbos mokytojų perfekcionizmas, nukreiptas save, kitus ir socialiai priskirtas perfekcionizmas: ryšys tarp perdegimo ir sipareigojimo]. *Teaching English Language*, 10(1), 165–187.
- Flett, G. L. ir Hewitt, P. L. (2002). *Perfectionism. Theory, research and treatment* [Perfekcionizmas. Teorija, tyrimas ir gydymas]. Washington: American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10458-000>
- Flook, L., Goldberg, S., Pinger, L., Bonus, K. ir Davidson, R. (2013). Mindfulness for teachers: A Pilot study to assess effects on stress, burnout, and teaching efficacy [Mokytojų

- nepakankamas atsigavimas ir perdegimas]. *Occupational Medicine*, 66(7), 564–570. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqw086>
- Hewitt, P. L. ir Flett, G. L. (1991). Perfection in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology [Sav s tobulinimas ir socialiniai kontekstai: konceptualizacija, vertinimas ir ryšys su psichopatologija]. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456–470. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Hill, A. ir Curran, T. (2015). Multidimensional perfectionism and burnout: A meta-analysis [Daugiadimensis perfekcionizmas ir perdegimas: metaanaliz]. *Personality and Social Psychology Review*, 20(3), 269–288. <https://doi.org/10.1177/1088868315596286>
- Ho, S. K. (2017). The relationship between teacher stress and burnout in Hong Kong: Positive humour and gender as moderators [Ryšys tarp Honkongo mokytojų patiriamo streso ir perdegimo: pozityvus humoras ir lytis kaip tarpininkai]. *Educational Psychology*, 37(3), 272–286. <https://doi.org/10.1080/01443410.2015.1120859>
- Johnson, S. ir Naidoo, A. (2017). Can evolutionary insights into the brain's response to threat suggest different group interventions for perceived stress and burnout of teachers in high-risk schools? [Ar evoliucinis žvalgos apie smegenų reakciją gr sm gali pasi lyti skirtingas grupines intervencijas d l mokytojų, dirbančių padidintos rizikos mokyklose, suvokto streso ir perdegimo?] *South African Journal of Psychology*, 47(3), 401–415. <https://doi.org/10.1177/0081246316675588>
- Kavaliauskienė, V. ir Bal i nait , R. (2014). Profesinis perdegimas ir jo raiška socialinio darbo profesionalizacijos kontekste. *Tiltai*, 4, 17–35.
- Kim, J., Youngs, P. ir Frank, K. (2017). Burnout contagion: Is it due to early career teachers' social networks or organizational exposure? [Perdegimo išplitimas: ar tai d l pradedančių dirbti mokytojų socialiniai tinklai ar d l pad ties organizacijoje?] *Teaching and Teacher Education*, 66, 250–260. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2017.04.017>
- Leiter, M., Bakker, A. ir Maslach, C. (2014). The contemporary context of job burnout [Šiuolaikinis profesinio perdegimo kontekstas]. Iš M. Leiter, A. Bakker ir C. Maslach, (Red.), *Burnout at work: A psychological perspective* (p. 1–10). New York: Taylor and Francis.
- Madigan, D., Stoeber, J. ir Passfield, L. (2016). Motivation mediates the perfectionism–burnout relationship: A three-wave longitudinal study with junior athletes [Motyvacija kaip tarpin grandis tarp perfekcionizmo ir perdegimo ryšio: tribangis ilgalaikis jaun atlet tyrimas]. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 38(4), 341–354. <https://doi.org/10.1123/jsep.2015-0238>.
- Mahmoodi-Shahreabaki, M. (2015). DETECTING AGENTS OF EMOTIONAL EXHAUSTION AMONG IRANIAN LANGUAGE TEACHERS WITHIN THE FRAMEWORK OF ATTRIBUTION THEORY. *Education Sciences & Psychology*, 34(2).
- Mahmoodi-Shahreabaki, M. (2015). Relationships between Language Teachers' Time-management Skills, Creativity, and Burnout: A Mediation Analysis. *Alberta Journal of Educational Research*, 61(1), 20-39.

- Maslach, C. (2003). Job burnout: New directions in research and intervention [Profesinis perdegimas: naujos tyrim ir intervencijos kryptys]. *Current Directions in Psychological Science*, 12(5), 189–192. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.01258>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B. ir Leiter, M. P. (2001). Job burnout [Profesinis perdegimas]. *Annual Review Psychology*, 52, 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Mazidi, M., Khoshbakht, F. ir Alborzi, M. (2017). A study of the relationship between demographic factors and elementary school teacher burnout: The Iranian case [Ryšio tarp demografini veiksnii ir pradin s mokyklos mokytojų perdegimo tyrimas: Irano atvejis]. *Educational Research Quarterly*, 41(1), 3–14.
- McLaine, J. (2005). An overview of burnout in athletic trainers [Atlet treneri perdegimo apžvalga]. *Athletic Therapy Today*, 10, 11–13. <https://doi.org/10.1123/att.10.6.11>
- Merkys, G. ir Bubelien , D. (2013). Profesinio perdegimo veika ir hobis. *Acta Paedagogica Vilnensia*, 31, 110–125. <https://doi.org/10.15388/ActPaed.2013.31.2511>
- Nagar, K (2012). Organizational commitment and job satisfaction among teachers during times of burnout [Mokytojų , išgyvenan i perdegim , organizaciniai sipareigojimai ir pasitenkinimas darbu]. *Vikalpa*, 37(2), 43–60.
- Nasvytien , D. ir Bal aityt , I. (2009). Mokytojų , ugdan i elgesio ir emocini problem turin ius vaikus, patyrimo analiz . *Pedagogika*, 96, 22–27.
- Pacevi ius, J. (2006). Profesinis perdegimas kaip organizacin s elgsenos problema. *Ekonomika ir vadyba, aktualijos ir perspektyvos*, 2(7), 125–129.
- Sadoughi, M. (2017). The relationship between personality traits, perfectionism and job burnout: The case of Iranian high-school teachers [Ryšys tarp asmenyb s bruož , perfekcionizmo ir profesinio perdegimo: Irano vidurini mokykl mokytojų atvejis]. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 16(1), 1–10.
- Skoryk, Y. (2013). Prevention of teachers' professional burnout as a way to improve the quality of higher education [Mokytojų profesinio perdegimo prevencija kaip b das pagerinti aukštojo mokslo kokyb]. *American Journal of Educational Research*, 1(11), 496–504. <https://doi.org/10.12691/education-1-11-7>
- Sto kus, A. (2014). K no kult ros mokytojų profesinio perdegimo prevencija ir redukovimas: ugdomojo projekto rezultatai. *Tiltai*, 1, 151–168. <https://doi.org/10.15181/tbb.v66i1.784>
- Stoeber, J. ir Rennert, D. (2008). Perfectionism in school teachers: Relations with stress appraisal, coping styles, and burnout [Mokyklose dirban i mokytojų perfekcionizmas: ryšys tarp streso vertinimo, veikos b d ir perdegimo]. *Anxiety, Stress & Coping*, 21(1), 37–53. <https://doi.org/10.1080/10615800701742461>
- Sutherland, K., Palmer-Lewis, T., Stichter, J. ir Morgan, L. P. (2008). Examining the influence of teacher behavior and classroom context on the behavioral and academic outcomes for students with emotional or behavioral disorders [Mokytojų elgesio ir klas s konteksto takos moksleivi , turin i emocini ar elgsenos sutrikim , elgesio ir mokymosi rezultatams

- Thijs, J., Koomen, H. ir Van Der Leij, A. (2006). Teachers' self-reported pedagogical practices toward socially inhibited, hyperactive, and average children [Pa i mokytøj pateikiama pedagogin veikla su socialiai uždarais, hiperaktyviais ir vidutini gabum vaikais]. *Psychology in Schools*, 43(5), 635–651. <https://doi.org/10.1002/pits.20171>
- Williams, J. ir Dikes, C. (2015). The implications of demographic variables as related to burnout among a sample of special education teachers [Demografini kintam j , susijusi su specialiojo ugdymo pedagog perdegimu, reikšm]. *Education*, 135(3), 337–345.

The Relationship Between Teachers' Job Burnout and Perfectionism

- ¹ Lithuanian University of Educational Sciences, Faculty of Education, Department of Developmental and Educational
- ² Psychology, 39 Student St., LT-08106 Vilnius, Lithuania, julita.navaitiene@leu.lt
Lithuanian University of Educational Sciences, Faculty of Education, Department of Developmental and Educational
-

Summary

Today, our society and school are looking for the most effective means of implementing the ever-increasing changes in the education system. Special attention is paid to teacher's profession and personality and specific requirements for the teacher (Nasvytien & Balaitis, 2009; Stokus, 2014; Kim, Youngs, & Frenk, 2017). This causes permanent emotional tension that can lead to teachers' burnout at work. The article deals with the problem of job burnout and its relationship with perfectionism as a personality trait. The presence of perfectionism as a teacher's personality trait and job burnout is acknowledged on a theoretical level (Flett, Hewitt, & Hallett, 1995; Friedman, 2000), however, the number of empirical studies on the issue is not sufficient.

The aim of this study was to investigate the relationship between teachers' burnout at work and perfectionism. The study involved 136 informants – teachers from general education schools and special education institutions. The Maslach Burnout Inventory – Educators Survey was used to analyze job burnout, while the Multidimensional Perfectionism Scale was applied to study perfectionism.

Analysis of the survey data showed that the researched teachers experience burnout at work and that self-oriented perfectionism is most common to teachers, – while other-oriented perfectionism and socially prescribed perfectionism are less common.

Analysis of general education school teachers' and special education teachers' burnout at work and perfectionism revealed that there are certain differences in general education school

Balaitytė's (2009) conducted review of teachers' experience which showed that teachers who work with children having emotional and behavioral disorders feel complex internal experiences that fray them. The research disclosed that special education teachers more frequently experience emotional exhaustion.

The research also demonstrated that self-oriented perfectionism correlates with all the scales of job burnout (emotional exhaustion, depersonalization, and personal accomplishment). A multivariate regression analysis showed that such variables as self-oriented perfectionism and age predict 60.3 percent of emotional exhaustion variation.

Keywords: *job burnout, emotional exhaustion, perfectionism, self-oriented perfectionism, teachers.*

Gauta 2017 09 04 / Received 04 09
2017
Priimta 2017 11 06 / Accepted 06 11